La personalidad narcisista y El Mundo Sintético.

Eco y Narciso por Nicolás Poussin (de Wikimedia Commons).

El pasado 19 de junio vi una interesante entrevista en el canal de Youtube de Mayim Bialik en la que entrevistaron a Ramani Durvasula, una psicóloga experta en el estudio de personalidades narcisistas. No trataba el tema de la misma forma que se suele tratar sino con algo más de complejidad, lo que me inspiró a mí para meditar sobre le asunto. Al final os dejo el enlace al vídeo.

Empezaré teniendo en cuenta lo primero que dejaron claro en la entrevista: el narcisismo no es un trastorno sino un tipo de personalidad. La personalidad es algo que se forma a través de la experiencia y adaptándose al medio. Entonces, ¿a qué medio debe adaptarse alguien para acabar siendo un narcisista?

El narcisista se caracteriza (según el patrón) por los siguientes rasgos:

1-Se dan demasiada importancia.

2-Reclaman atención.

3-Necesitan ser admirados.

4-Tienen relaciones conflictivas.

5-No tienen empatía.

Vamos a desmontar esto para verlo mejor:

El medio al que han tenido que adaptarse es falso, artificial, se rige por reglas falsas. Lo más probable es que ese medio esté dirigido también por alguien con rasgos narcisistas. Esto es una suposición, pero bastante razonable.

No se dan demasiada importancia sino que creen que esto debe ser así, lo que irremediablemente conduce a la baja autoestima: del subidón se pasa al bajón, cuando se desmonta todo el entramado que crearon durante años; después lo veremos.

En el medio falso en el que se formó su personalidad, se esperaba algo de ellos, algo inalcanzable (porque es falso). Si reclaman demasiada atención es porque les trataron mal de niños, porque no les hicieron caso y adquirieron el hábito de pedir e incluso robar atención, pero tiene que haber algo más: la necesidad de demostrar algo, algo quimérico, falso, inalcanzable. Como digo, es un hábito. Dejemos esto del hábito aquí.

Se criaron en un medio inadecuado, con un entramado falso, pero creen que la realidad es esa. Lo lógico, por tanto, es que traten de reproducir eso, ese mundo falso. Tratan de reproducir ese medio porque lo consideran el correcto (no lo es). La falta de empatía responde también a una adaptación: el narcisista (sea eso lo que sea) no fue respetado; no se tuvo respeto por sus sentimientos y emociones privadas; fue constantemente invadido y traicionado. La adaptación lógica es hacer lo mismo con los demás mientras se oculta la vida privada (todos los chanchullos).

*

Los narcisistas problemáticos, sin embargo, cuando se dan en ellos (o ellas) unas determinadas características de superioridad física y mental, estas personas son carismáticas y se convierten, paradójicamente, en modelos a seguir. Y durante algunos periodos de su vida son esa clase de personas capaces de venderle hielo a un esquimal. En todo caso, seamos cada uno como seamos (narcisistas o no), debemos ejercitar nuestro autocontrol e intentar ser empáticos, aunque sobre esto último hay un problema: ser empático es agotador. Como mínimo, debemos ser respetuosos y no ir por la vida rompiendo pelotas ni meándonos en el quicio de puertas ajenas. El protocolo, lo que llamamos "buena educación", se inventó hace mucho, pero dejamos de tener esas "buenas maneras" cuando comprobamos que no nos sirven para nada.

La socarronería, el *rompepelotismo* y la "cultura del chanchullo", habituales en el popular gracejo español y, en sentido universal, el acoso social, son indispensables para que haya personas que vean la necesidad de crear un mundo falso con reglas horribles donde puedan someter y controlar a su gente. Quizá ese "mundo falso" sea la visión de la vorágine cotidiana que tiene un

niño confuso e impotente, zarandeado por la confusión y la desconsideración de otros individuos, también confusos e impotentes. Quizá sea eso.

Puede que haya quienes, anulados por los narcisistas de su entorno más inmediato, deseen ser como esos que parecen poder hacerlo todo sin que nadie se lo impida. ¿Es esto lo opuesto a ser narcisista?

El narcisista es arrogante y despreciativo, pero teme el desprecio (no hay mayor desprecio que el que hacen las mujeres y muy especialmente las madres), por lo que se postula como modelo a seguir, algo muy problemático cuando al fin queda claro en su entorno que no es un prototipo sino un fantoche. Entonces es cuando la crisis y la manifestación de la disociación alcanzarán su máximo, por pura desesperación, porque sus artimañas de seducción (una seducción que no ofrece nada a los demás) ya no funcionan. Pero hay también narcisistas que triunfan y llegan a lo más alto y entonces vemos este su gran defecto, el narcisismo, que conforma por entero su personalidad, como el conjunto de características que distinguen a los líderes. Se crea así un círculo vicioso.

*

Narcisistas o no, hay fuertes y débiles, quien nace con ventaja y quien nace en una situación mala o simplemente no es de familia privilegiada. Y es cierto que los más fuertes usan la agresividad para alejar del círculo de poder a los demás, lo que quizá provoque que consideremos que la personalidad ideal sea la de un auténtico hijo de perra, pero es evidente que esto no es así. Y como dije, el

desprecio modela el carácter del narcisista con la bella imagen de un manipulador de sentimientos mecánicos: constantemente le animaron a ser así. Pero evitamos al narcisista porque nos causa problemas, aunque es alguien que nació inocente. ¿Quién le hizo así entonces?

Hay quien intenta acceder a los círculos de poder sin tener las cualidades necesarias, por lo que es repelido. La imitación de esa agresividad responde a la creencia de que se merece estar en el círculo, por lo que el asedio a ese espacio de los poderosos es constante: ese es su papel en la vida (su rol). Y hay épocas en las que personas innobles ocupan esos círculos. En una época en la que cualquier lerdo llega a ministro, Rosalía es comparada con Mozart y con Beethoven (ver el vídeo-hype de Jaime Altozano) o un pintamonas se cotiza en el mercado del arte, es de suponer que en esa época abundan los narcisistas (y algunos de ellos son psicólogos), aunque la mayoría lo son de bajo nivel y desvían su insania hacia la práctica del consumo imitativo, pero hay otras personas que quieren llegar más lejos. Por tanto, resumiendo, en la causa del narcisismo está la creación de un medio que exige ser así y, por ende, un grupo de adultos que crean ese mundo y que son ignorantes de sus errores, como poco; y puede que sean también perezosos y corruptos (para remate).

*

El narcisismo es un asunto complejo. Es evidente (para mí) que el tratamiento que se da a este tema no es complejo sino bastante plano: se limitan a crear el "cordón sanitario" en torno al narcisista (a veces es lo único que se puede hacer) pero nadie se responsabiliza en su papel como creador de narcisistas. Como dije, es algo complejo y depende, como todo, del estado de cosas en la realidad social del momento(1).

Yo no soy psicólogo y todo lo que acabo de escribir en este hilo es opinión mía. Consulté artículos varios (artículos serios) sobre el tema y no encontré nada que me ayudase a comprender este asunto, así que monté un puzle con lo poco que tenía y con mi propia experiencia (con narcisistas y con mi propio narcisismo). La verdad es que abundan las publicaciones de todo tipo que advierten sobre los y las narcisistas y nos dan algunas directrices a seguir para evitarles, combatirles o contrarrestar su acción nefasta. Hay muchísima basura sobre el asunto. Yo tuve la idea de pensar (y escribir) sobre este asunto después de ver un vídeo del canal de YouTube de Mayim Bialik (2), en el que entrevistó a la doctora Ramani Durvasula, que es una eminencia en el tema y tiene una visión un poco más compleja y amable de lo que solemos ver (aunque supongo que está haciendo dinero investigando a estos seres humanos particulares que son los narcisistas). Yo, como digo, no soy psicólogo y no tengo ninguna autoridad sobre el tema, por lo que mis opiniones son absolutamente discutibles.

Algo me gustaría dejar, al final, para que reflexionemos todos: quizá todos seamos narcisistas, pero hay algunos individuos que se salen de los parámetros de la normalidad y bien nos resultan nocivos o bien acaban siendo nuestros líderes, pero todos tenemos algo de culpa en esto.

Todos deberíamos mirar nuestro reflejo, pero no para enamorarnos de nosotros mismos sino para reconocer a nuestro verdadero ser, si eso es posible.

Ernesto García-Testón Gómez a 26 de junio de 2024.

(1) En vez de a un medio ambiente falso quizá debería referirme a un ambiente virtual, como un escenario inventado que sustituye al real -o al general aceptado, dentro del mundo sintético que creamos los seres humanos-. El Mundo Sintético es complejo, de forma indefinida y cambia constantemente, aunque creamos que sigue igual.

(2) Este es el vídeo del canal de Mayim Bialik en el que entrevista a Ramani Durvasula:

https://youtu.be/A2mvGTQjQgk?si=AJe6ix51wYhz5cmA

*

Como es ya habitual, este artículo se estructura a partir de un hilo de mi perfil de X:

> Estuve indagando en este asunto. Le di muchas vueltas, sin reparar en algo evidente: las personas que son identificadas como narcisistas (según una plantilla o patrón) son marcadas con esa etiqueta. Entonces, para intentar ver una luz sobre esto, decidí ser abogado del diablo... https://t.co/PEoqs2rYCv
>
> — Ernesto García-T. G. (@ideascreacion20) June 25, 2024